

ママのカラダメンテナンス

骨盤エクササイズ・ヨガ・バランスボールの3種目を行います。



講師

家吉 順子さん LUKA mama care代表

日 時: 4/18・25、5/9・16・23・30、6/6・13・20・27 全10回

	①10:00～11:00クラス	②11:20～12:20クラス
対象	開講日時点で 1歳～未就学児の母親	開講日時点で 7～11ヵ月児の母親
子の同伴	3歳のお誕生日を迎えるまで1人 同伴可	7～11ヵ月のお子様は1人同伴可 1才～未就学児のママでも子の同伴 がない(ママ1人での参加)場合は、 <u>このクラスへ参加できます。</u>
★託児は ありません		

定 員:各15人 ※申込時に登録した母子以外の入室不可

受講料:3,500円(1回350円×10回)

申 込:4/4(木)までサンライフ熊本ホームページのママ講座申込フォーム
で受付(電話受付はできません)。

但し、申込後のキャンセルは電話受付のみ。

ご希望のクラスを選びお申込みください。応募者多数の場合は抽選とし、抽選もれ
の方は受講できないことがあります。応募者が少なかった場合、開講できないことがあ
ります。ご了承ください。

なお、受講決定については締切3日後まで「受講通知メール」でお知らせします。
メールが届かない方はお電話ください。

他の講座とのダブル受講、トリプル受講大歓迎です。

【問合せ・申込み】 熊本市中央区黒髪3-3-12
熊本市勤労者福祉センター TEL 096-345-3511
サンライフ熊本 <http://kumasun.net>

オンライン受付

